



Утверждаю:
 Директор ЛДПД
 А.Н. Марышина
 03 ноября 2023 г.

МЕНЮ

на 04.11.2023 год
 с 6 до 11 лет
 (ЛДПД)

| Школа | МКОУ Ягодинская СОШ | | | | Отд./корп | День | | | | 7 |
|-----------------------|---------------------|---------|----------------------------------|----------|-----------|--------------|-------|-------|----------|---|
| Прием пищи | Раздел | № рец. | Блюдо | Выход, г | Цена | Калорийность | Белки | Жиры | Углеводы | |
| Завтрак | гор.блюдо | 267 | каша пшеничная молочная с маслом | 200 | 19,66 | 283,6 | 7,80 | 9,46 | 35,80 | |
| | гор.напиток | 494 | чай с сахаром, лимон | 200 | 4,90 | 61,62 | 0,10 | 0,00 | 15,20 | |
| | | 96 | бутерброд с джемом | 60 | 12,60 | 176,00 | 1,70 | 4,30 | 32,60 | |
| | хлеб | 590 | печенье | 20 | 4,00 | 43 | 0,90 | 0,20 | 8,10 | |
| | | 112 | мандарин | 120 | 27,24 | 43 | 0,9 | 0,2 | 8,10 | |
| Завтрак 2 | фрукты | 518 | сок фруктово-ягодный | 200 | 24,00 | 92 | 1 | 0,2 | 2,00 | |
| | | 112 | груша | 250 | 60,00 | 94,00 | 0,80 | 0,60 | 20,60 | |
| | закуска | 22 | салат из свежих помидоров | 100 | 21,54 | 110,00 | 1,00 | 10,20 | 3,50 | |
| | 1 блюдо | 128/357 | борщ с капустой и картофелем | 200 | 29,02 | 90,36 | 4,18 | 4,18 | 5,9 | |
| Обед | 2 блюдо | 370 | плов (из мяса свинины) | 250 | 69,53 | 408,00 | 21,72 | 12,05 | 53,02 | |
| | | | | | | | | | | |
| | сладкое | 518 | сок яблочный | 200 | 21 | 92,00 | 1,00 | 0,20 | 0,20 | |
| | хлеб бел. | 108 | хлеб пшеничный | 40 | 2,64 | 94 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | |
| | хлеб черн. | 110 | хлеб ржано-пшеничный | 40 | 2,68 | 72,40 | 2,64 | 0,48 | 13,60 | |
| | | 112 | яблоко | 200 | 33,52 | 94,00 | 1,60 | 0,80 | 16,20 | |
| итого по рациону дня: | | | | 2080 | | 1754 | 48 | 43 | 235 | |
| стоимость детодня: | | | | | 332,33 | | | | | |

Заведующий столовой И.Ф. Брянцева